LA HISPANIDAD

SEMANARIO HISPANO

CON EL HISPANO EN MENTE

Gratis

27 DE OCTUBRE DE 1990

VOL. 2 NO. 76 - P.O. BOX 1190, CAMDEN, N.J. 08105

K Y W – TV – 3 PRESENTARÁ PROGRAMA DE SALUD

Por: Luz Marina

Este año, 150,000 mujeres serán diagnosticadas con cáncer en los senos, condición que 90% de las veces podría ser curable, si se detecta en el comienzo.

También, de cada 32 segundos, mueren en este país personas con enfermedades del corazón. Pero, con medidas preventivas, detección temprana y una vida saludable, las personas pueden reducir el riesgo de ser una víctima más de enfermedades, tales como cáncer del colon, diabetes, enfermedades del corazón y cáncer del seno.

KYW T.V. 3 estará presentando el programa - "The Health Test... Are You at Risk?" (El Exámen de Salud... Está usted en Riesgo?). El mismo irá al aire el martes 30 de octubre, de 8:00 - 9:00pm y hará la presentación el reportero y comentarista en salud, muy conocido a través de sus programas de salud por este canal, Max Gómez.

De acuerdo con el Sr. Gómez, "Muchos están más en riesgo, de lo que ellos piensan". El Sr. Gómez señalará a cuatro residentes del Valle Delaware, quienes han recibido tratamiento para las enfermedades discutidas durante el programa, incluyendo a un hombre que sobrevivió un ataque al corazón y ha podido manejar el bloqueo de sus arterias, mediante ejercicios y dietas.

Este programa será presentado con miras a ayudar a los televidentes a determinar si son,o no, candidatos a desarrollar una (o más) de las enfermedades mencionadas aqui .

Además de ésto, los televidentes tendrán la oportunidad de poder llamar durante el programa, a un número toll-free y podrán hacer las preguntas necesarias a profesionales, quienes estarán preparados para contestar preguntas sobre los tópicos discutidos en el programa. Todas las preguntas se mantendrán estrictamente confidencial.

El número a llamar es: **1-800-EINSTEIN.**

No se pierda este programa, el cual podría servirle de gran ayuda.

No olvide la fecha... **martes, 30 de octubre, 1990, de 8:00 - 9:00pm, a través del Canal 3 - KYW T.V.**

Y como siempre les digo...

SU SALUD ES MUY IMPORTANTE!!!

CÍVICAS Y CULTURALES
Por: Luz Marina

ALIANZA RINDE HOMENAJE A MIEMBROS:

Alianza para EL Progreso Hispano llevó a cabo um merecido homenaje a sus miembros fundadores, acto que tuvo lugar el sabado 20 de octubre, en Mi Casita, Day Care Center, en el Sur de Camden.

El Sr. Israel Nieves, Presidente de ALianza, y el Sr. Santiago Ilazarra, tuvieron a cargo la animación del programa y la presentación de los invitados de honor, compuestos por las siguientes personas: Sr. Ralph Acosta, representante de la Legislatura de Penna.; el Sr. Fred Ramírez, director del Commonwealth of P.R., en Filadelfia; Sra. Ramonita Rivera, representante de Grand Enterprises, en Filadelfia; Sr. Douglas Jones, representante del Caucus Hispano de Vineland; además, esta servidora, representando a La Hispanidad.

Entre los asistentes se encontraban el Sr. JOsé Delgado y esposa Hilda, Capitán Luis Rodríguez y esposa Myriam, los esposos José y Sofía Troche; esposos Leonel y Gladys Zambrana; Srta. Doreen Troche; Sr. José (Popsie) Rodríguez; Sra. Ivette Cruz-Nieves (esposa del presidente), Sr. Santiago Ilazarra; Sr. Candelario Lamboy; Sra. Norma Almodóvar, Sec. de Alianza; Sr. Rafael Sánchez; Sra. Iris Ayala, candidata a Reina-Sra. Museo del Pueblo, entre otros.

El Sr. Israel Nieves presentó certificados de mérito a cada uno de sus miembros, por la gran labor realizada con Alianza.

Con ésto, Alianza ha demostrado una vez más que ha crecido y seguirá creciendo para el bienestar y progreso de nuestra comunidad hispana y nuestra Raza Latina!

La Hispanidad
P. O. Box 1190
Camden, NJ. 08105
342-8159

Les exhortamos a que patrocinen a nuestros auspiciadores.

San José celebra Movimiento:

El pasado domingo día 21 de octubre, la Catedral de San José llevó a cabo un movimiento cursillista, el cual inició con una cena en la escuela y culminó con la celebración de una misa en la iglesia, a cargo del obispo; Rev. James McHugh.

A dicha celebración hicieron acto de presencia alrededor de 600 personas, quienes estuvieron representando las Diócesís de: Paterson , Trenton, Newark, Metuchen y Camden respectivamente.

Estuvieron presentes además varios sacerdotes de otros lugares, entre ellos el Rev. Roque Longo.

La música estuvo a cargo del coro - La Tuna de la Alegría, de Fátima, quienes entonaron bellos himnos.

Fué un acto muy ameno, donde todos compartían en amor fraternal.

****



OCASIÓN ESPECIAL

Felicitaciones a la Sra. Luz Marina, quien cumplirá un año más de vida el próximo 29 de octubre.

La felicitan su mamá Odilia, su hermana Noris y familia. También sus hijos Irene, Felix y Jeffrey, les desean un felíz cumpleaños.

Te queremos mucho!!!

****

Felicitaciones a nuestro reportero de deportes, Sr. Benny Martínez, quien acaba de ser juramentado como vice-comandante del puesto 840 de la Legión Americana de Filadelfia, acto que tuvo lugar el pasado sabado.

Se une a estas felicitaciones su esposa Blanca, hijos y demás familiares.

ENHORABUENA, BENNY!!!

****

Felicitaciones en su cumpleaños a Leonor Teresa Nolan, quien cumple un año más de vida el día 6 de noviembre.

La felicitan su mamá y hermanos.

Conchita.

****



OCASIÓN ESPECIAL

La niña Lourdes Torres cumplió 11 años de edad el día 23 de octubre.

La felicitan sus padres, Blanca y René y sus hermanos Daniel y Orlando.

Que tengas un felíz cumpleaños...
LOURDES!!!

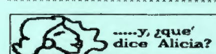
****

Muy felíz cumpleaños para el jovencito Oswald Montalvo, quien cumplió sus 17 años el sabado 20 de octubre.

Sus padres, hermanas y demás familiares desean felicitarlo.

QUE CUMPLAS MUCHOS... MÁS!!!

****



Hermanos Hispanos! Quiero recordarles que por nuestras venas lo que corre es **pura sangre latina** y no sangre americana biológicamente. Pero puedo darme cuenta por los rumores y comentarios, que dentro de nosotros lo que existe es **celo**, la **envidia** y la quizquilla. El temor y el miedo son factores principales de ciertas personas que tienen miedo de que fulano,o sutano de tal les **opaque** esas posiciones. Mi opinión es que para mí nada más son títulos, porque ni lucrativas son.

Yo, ALICIA, sí puedo decir a **toda boca** que en los años 60's y 70's que trabajé un **100%** para ayudar a nuestra **comunidad hispana gratuitamente...** ¿Dónde estaban en aquel entonces aquellas personas que se jactan en decir que sólo tienen un año de estar en Camden y han hecho más por la comunidad hispana que los que han vivido aquí más de 30 años? **De eso, me río yo!!!**

Sin embargo, no mencionan a un señor llamado **Eugenio Torres**, que donde quiera que se encuentre, lleva mi bendición. Ese señor, Eugenio Torres, ayudó, orientó y motivó a muchas personas que hoy en día ocupan posiciones claves. El nunca tuvo ni un **sí**, ni un **no** en nuestra comunidad latina. Hoy en día con el **celo**, la **envidia** que existe dentro de nosotros sólo cuidan y protejen sus **propios intereses**.

Hay que tener honor y criterio para **no** desempeñar papeles de **marionetas**. Esto lo escribo en **términos generales** y el que se **picó, fué porque ají comió**. Si tuviera miedo,me compraría un perro. Pero mi honor y mi criterio está más **arriba de mi cabeza** y me duele cuando los negocios **oscuros** los hacen **debajo de la mesa**.

RINCÓN POÉTICO

¿POR QUE?
(Por: Ivelsa Guzmán)

¿Por qué tantos problemas?
¿Por qué la envidia de la gente?

¿Por qué quieren vernos separados?
¿Por qué me dicen que me mientes?

¿Por qué tus ojos no tienen...
el mismo mirar?
¿Por qué hasta tu besar,
no me sabe ya igual?

¿Por qué los comentarios
de otras mujeres?
¿Por qué si no me quieres,
no me dices la verdad?

¿Por qué el consejo de la gente,
que nos debemos dejar?
Porque no sabes amar
y sólo buscas pasatiempos.
Pero, yo espero que, con el tiempo
no me **dejes de amar.**

HUMOR

Pepe va de paseo a la finca de su amigo Pancho a comprarle unos huevos. Al llegar, se dirige a Pancho y le pide una docena de huevos frescos. Pancho le dá una docena y Pepe le pregunta a Pancho:

-Pancho, ¿Son estos huevos del día?

A lo que Pancho le contesta:

-Claro que son del día...¿No sabes tú, que por la noche duermen las gallinas?



PENSAMIENTO

El sentimiento a la voluntad divina, es la almohada más blanca en que podamos recostar nuestra cabeza.

DE INTERÉS

Continuación...

¿QUÉ ESTÁ SUCEDIENDO CON NUESTROS ANCIANITOS?

Por: Diana Ivins

Tristemente, mamita murió. Murió mientras abrazaba a uno de sus recién nacidos biznietos, y con una gran sonrisa en sus labios. Durante mi graduación de escuela superior, yo miraba al público y buscaba entre la congregación el sonriente rostro de mi abuelita. Extraño mis fines de semana y mis pequeñas charlas con ella.

Yo atesoré en mi corazón y pensamiento, todos sus consejos y palabras de sabiduría. Recordaré para siempre el último consejo que me dió, "ve a la escuela, estudia, aprende todo lo que puedas y sé una mujer valiosa. Eres inteligente y talentosa. Sé todo lo que puedas en la vida y no dejes que nadie te diga lo contrario".

Mamita no está aquí para irla a ver. Sin embargo, alrededor hay millares de envejecientes. Mi iglesia está envuelta en un ministerio para envejecientes. Dos domingos en el mes, los feligreses visitan los asilos de envejecientes y comparten con los residentes. Les leemos la Biblia, hablamos con ellos, cantamos, tocamos la guitarra, o jugamos cartas.

¿Qué sucede los otros dos o tres domingos del mes? ¿Tan ocupados estamos llendo a las playas, el cine, a los juegos, a las fiestas? ¿No hay tiempo en nuestra rutina diaria? Recientemente, visité los estados de Florida y Rhode Island. En ambos estados noté que los ancianos se les daba privilegios especiales; viajes en el autobús. Habia gente designadas para pasearlos y llevarlos por la ciudad al supermercado; un itinerario de actividades. También habían voluntarios trabajando, ayudándoles, motivándoles y dirigiéndoles.

Algún día nosotros también creceremos y llegaremos a convertirnos en ancianos. ¿Vamos a ser olvidados? ¿Seremos tratados como tratamos a nuestros envejecientes hoy en día? ¡Tal vez! O tal vez, peor!

FIN!!!

¿SABIA USTED...

Por: Rafael Ochoteco

Que el Radiotelescopio Iamosférico de Arecibo, en Puerto Rico, es el más grande del mundo en su clase? El Radiotelescopio está enclavado en una concavidad natural de 13km de diámetro al sur de la Ciudad de Arecibo, al norte de P.R.

Es el Radiotelescopio de antena única más grande del mundo. Su antena reflectora de "plato" mide 305m de diámetro y cubre 7,5Ha.

El mismo fué completado en 1963, a un costo de $9.000.000.

Es operado por la Universidad Americana de Cornell y ha sido usado en radioastronomía, para trazar mapas de la luna y los planetas por medio del radar, para determinar el tiempo de rotación de Venus y en otras funciones.

CÁPSULAS DE SALUD

Purificación por frutas:

Toda persona debe de, por lo menos una vez al año, llevar una dieta de cuatro, o cinco días, estrictamente a base de frutas, tales como: manzanas, limones, papayas y uvas. Ésto purifica el organismo, activa la renovación de las células y ayuda a prevenir los trastornos cardíacos. Las frutas son excelentes para la eliminación de toxinas y también limpian los residuos habidos en la sangre.

Debido a su gran contenido de vitaminas, minerales, calcio, fósforo y potasio, las frutas ayudan a rejuvenecer los tejidos del organismo y a retrasar la aparición de arrugas.

Su contenido de azúcar naturales da energía y ayuda a evitar el agotamiento .





EL VOTO PUERTORRIQUEÑO PUEDE HACER LA DIFERENCIA.

ELECCIONES '90
Martes, 6 de noviembre de 1990.
De 7:00 A.M. a 8:00 P.M.
Para más información, llama al
1-800-523-9292
Programa Atrevete.

El martes, 6 de noviembre, es una fecha de gran importancia para la comunidad puertorriqueña y latina de Camden, New Jersey. En esta fecha, en la cual se llevaran a cabo las elecciones, los puertorriquenos y latinos podrán elegir los candidatos que mejor defiendan los intereses de la comunidad.

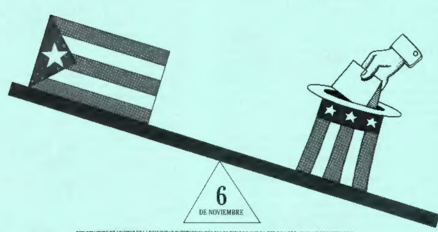
Si eres uno de los muchos electores puertorriqueños y latinos, tienes el derecho a votar y el poder de hacer que tu voto cuente.



Recuerda, el martes, 6 de noviembre, tienes el peso del voto para cambiar el balance del poder a favor de los tuyos.

Es *TU* comunidad. Es *TU* ciudad. Asegurate que tambien sean los *TUYOS* trabajando por *TU* futuro y el de la familia.

ATREVETE A VOTAR. ¡ATREVETE EN EL '90!



DEPARTAMENTO DE ASUNTOS DE LA COMUNIDAD PUERTORRIQUEÑA EN LOS ESTADOS UNIDOS. ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO.

ANUNCIO PAGADO

SU HORÓSCOPO

ARIES: (Mar. 19 - Abr. 19)

Vas a ir a una actividad social donde te encontrarás con unos amigos y pasarás una noche agradable. Una buena noticia llegará pronto. Saldrás dentro de poco de tus preocupaciones. Lograrás tus propósitos.

Tu número: 200

TAURO: (Abr. 20 - Mayo 20)

Los recuerdos de tu pasado te atormentan; no quisieras recordarlos, perc los tienes presente. Ten calma y trata de pensar en cosas bellas, dulces, que todo en la vida no es malo. Si buscas el amor, lo encontrarás, al igual que la paz.

Tu número: 715

GEMINIS: (Mayo 21 - Jun. 20)

Muchas cosas buenas te esperan en el futuro. Anda siempre por tierra firme para que no resbales. Tu estrella regente y su aliada, Venus, te darán mucho progreso, éxito y dicisión para escoger lo que te conviene en la vida.

Tu número: 388

CANCER: (Jun. 21 - Jul. 22)

Algunos de Cáncer se envuelven mucho en la rama de los negocios. Muchas veces se les hará difícil, pero en estos días tendrás una buena entrada que aumentarán sus negocios. Para tí, jóven, el amor estará a tus puertas en los próximos días.

Tu número: 727

LEO: (Jul. 23 - Ago. 22)

Eres una persona de mucho temperamento y puedes hacer muchas cosas buenas para asegurar tu futuro. No sigas por caminos equivocados, deja que la luz solar ilumine tus caminos. Oirás noticias de un accidente de alguien allegado a tu familia.

Tu número: 518

VIRGO: (Ago. 23 - Sewp/ 22)

Has pasado algunas decepciones en tu vida. Ya no confías en nadie. Si eres casada y con hijos, dales mucho amor y apoyo. Si estudias, concéntrate en los libros para que olvides lo que te afecta. Hay muchas maneras de ver la vida. Saldrás adelante con ayuda de Dios.

Tu número: 259

LIBRA: (Sept. 23 - Oct. 22)

A veces estás con una tensión nerviosa que no te deja concentrarte en tu trabajo. Los problemas de familia y los propios tuyos te afectan. Los baños tibios con plantas son de mucha ayuda. Cambiarán algunas cosas en tu vida y serás felíz.

Tu número: 249

ESCORPIO: (Oct. 23 - Nov. 21)

Hay personas que te admiran por tu pasividad, tu inteligencia y tu forma de actuar con las personas. Eres sincera y no te gusta la hipocresía. EN unos días serás invitada a reuniones sociales, o asambleas, y te llevarás una grata sorpresa.

Tu número: 241

SAGITARIO: (Nov. 22 - Dic. 19)

Algunos de este signo van a abrirse paso en el mundo del arte, o nuevas oportunidades comerciales. Otros obtendrán ganancias sorpresivas en sus negocios. Tu signo astral te revelará muchos secretos ocultos de la vida.

Tu número: 833

CAPRICORNIO: (Dic. 20 - Ene. 19)

Algunos cambios habrán en tu vida dentro de poco. Recibirás un dinero pronto que te sacará de deudas. Un hijo tuyo se verá un poco afectado moralmente. Dale amor y buenos consejos. Serás invitada a una boda familiar.

Tu número: 017

ACUARIO: (Ene. 20 - Mar. 20)

Para tí, Acuariano, hay muchas oportunidades en tu vida. Tendrás oposiciones de algunas personas, pero tu abilidad y sabíduría te hará pasar por encima de todo y vencer a los opositores. Te espera un ascenso en tu trabajo.

Tu número: 080

PISCIS: (Feb. 20 - Mar. 20)

Van a invitarte a eventos sociales y vas a ser nombrada en algo grande, reina o presidenta (algo por el estilo)



BOLITAS DE BACALAO

ingredientes:

- 1 lb. de masa de yautía
- 1½ lb. de bacalao desalado y desmenuzado
- 1 cda de cilantrillo picado
- 1 cdta de ajíes dulces bien picados
- 1 cdta de orégano molido
- 3 dientes de ajo pelados y majados
- ½ taza de leche
- 1 huevo
- polvo de pan tostado

Procedimiento:

Dele dos o tres lavadas al bacalao con agua fría. Si desea desalarlo bien, puede dejarlo en remojo de un día para otro. Hiérvalo durante 15 minutos. Escúrralo bien apretándolo en un colador y desmenúcelo. Una el bacalao con los demás ingredientes y mézclelo hasta que consiga una masa suave pero firme. Forme bolitas como de ½ pulgada de diámetro. Páselas por el polvo de pan y fríalas en su grasa preferida hasta que queden doraditas. Colóquelas en papel absorbente para eliminar el exceso de grasa y sírvalas calientes.

SU HORÓSCOPO

Los astros te guiarán por caminos exitosos. Cambiará en algunas cosas tu vida, para tu futuro. Te esperan muchas sorpresas.

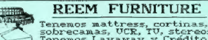
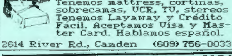
Tu número: 772

DE INTERES

DIEZ NORMAS PARA LA COMUNICACIÓN EN EL MATRIMONIO.

1. Esté dispuesto a escuchar y no replique hasta que su interlocutor haya cesado de hablar.
2. Hable lentamente. Piense primero. No se apresure en sus palabras. Hable de tal manera,que la otra persona pueda comprender y aceptar lo que le dice.
3. Diga siempre la verdad, pero con amor. No exagere.
4. No emplee el silencio para decepcionar a su interlocutor. Explique por qué duda hablar en esta ocasión.
5. No se complique en querellas. Es posible mostrar desacuerdo sin discutir.
6. No replique con ira. Responda amablemente.
7. Cuando esté equivocado, admítalo y pida disculpas y si le confiesa algo,dígale que le perdona. Asegúrese de que el asunto queda olvidado y de que no volverá a echárselo en cara.
8. Evite el machacar un asunto del que ya se trató.
9. No censure,o critique. Por el contrario, componga...anime...edifique. Si el otro le ataca verbalmente, no responda de la misma manera.
10. Trate de comprender la opinión del otro. Haga concesiones a las diferencias. Preocúpese por los intereses ajenos.

****

Jóven hispano! dile NO!!! a las Drogas!